



予定献立表



					5月1日 (木)	5月2日 (金)	5月3日 (土)
朝食					御飯 和風スクランブルエッグ 小松菜のお浸し 金山寺みそ みそ汁(冬瓜・ワカメ) カルシウム牛乳	御飯 ふんわり寄せの煮物 しろなのおかか和え ふりかけ(たらこ) みそ汁(さつま芋・かぶ葉) カルシウム牛乳	御飯 納豆 野菜炒め しそ昆布 みそ汁(小松菜・うずまき麴) カルシウム牛乳
昼食					御飯 ますのバター醤油焼き 白菜の煮浸し フルーツ缶(みかん) みそ汁(大根・大根葉)	えびピラフ 鶏肉のバジル焼き カリフラワーサラダ ゼリー コンソメスープ(ほうれん草・玉葱)	御飯 白身魚の味噌漬け焼き 切干大根の煮物 二色和え お吸物(豆腐・ねぎ)
おやつ					白い風船	おまんじゅう	淡雪ゼリー
夕食					御飯 松風焼き なすの炒め物 玉葱と人参のレモン風味サラダ フルーツ缶(キウイ)	御飯 ほっけの七味焼き ひじきの煮物 香の物(桜だいこん) フルーツ(バナナ)	御飯 豚肉の生姜焼き ちくわとかぶの煮物 うずら豆 フルーツ(パイナップル)
栄養価					エネルギー 1554kcal タンパク質 63.8 g 食塩相当量 6.7 g	エネルギー 1473kcal タンパク質 61.4 g 食塩相当量 7.6 g	エネルギー 1544kcal タンパク質 67.8 g 食塩相当量 6.5 g

※やむを得ず献立が変更になる事もあります。ご了承下さい。

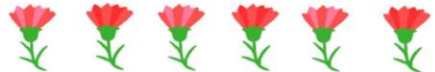


予定献立表

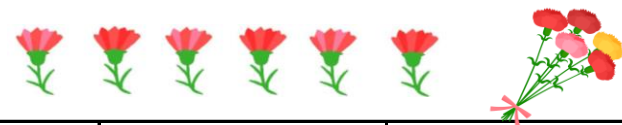


	5月4日(日)	5月5日(月)	5月6日(火)	5月7日(水)	5月8日(木)	5月9日(金)	5月10日(土)
朝食	御飯 がんもと里芋の煮物 温泉卵 ふりかけ(かつお) みそ汁(玉葱・ワカメ) カルシウム牛乳	御飯 じゃが芋とツナの炒め物 しろなのお浸し のり佃煮 みそ汁(白菜・ねぎ) カルシウム牛乳	バターロール(マーガリン) 豆腐チャンプル ブロッコリーのゆず醤油和え みそ汁(大根・大根葉) カルシウム牛乳 (パン禁:ふりかけ)	御飯 だし巻卵 白菜のからし和え うめびしお みそ汁(玉葱・しめじ) カルシウム牛乳	御飯 肉詰めいなりの煮物 ほうれん草の磯和え ふりかけ(さけ) みそ汁(さつま芋・貝割) カルシウム牛乳	御飯 焼き豆腐と大根の煮物 青梗菜のお浸し たいみそ みそ汁(もやし・ワカメ) カルシウム牛乳	御飯 野菜つみれの煮物 小松菜と揚げの和え物 ふりかけ(かつお) みそ汁(玉葱・椎茸) カルシウム牛乳
昼食	御飯 鶏肉のごま醤油焼き マカロニサラダ フルーツ(オレンジ) みそ汁(もやし・畑菜)	菜の花ちらし 天ぷら二種盛り 炊き合わせ フルーツ缶(ミックス) お吸物(花麩・貝割)	御飯 プルコギ 青梗菜のナムル 筑前煮 中華スープ(春雨・ワカメ)	御飯 銀だら照り焼き 畑菜のなめたけ和え フルーツ(パイナップル) みそ汁(油揚げ・かぶ葉)	鶏南蛮うどん さつま揚げとごぼうの炒め 卵豆腐 フルーツ缶(キウイ)	御飯 赤魚の煮付け ブロッコリーとえびの和え物 フルーツ缶(黄桃) みそ汁(冬瓜・オクラ)	二色丼 なすの煮浸し 白菜のさっぱり和え みそ汁(里芋・ねぎ)
おやつ	きなこパンケーキ	野菜ゼリー	蒸しパンケーキ	ババロア	プリン	★すまいるデザート★	どらやき
夕食	御飯 黄金かれいの煮付け 豚肉と根菜の炒め物 ほうれん草の白和え フルーツ缶(白桃)	御飯 豚肉と野菜の塩麴炒め なすの煮物 香の物(つぼ漬け) フルーツ(メロン)	御飯 太刀魚の香味焼き 冬瓜のくずあんかけ もずく酢 フルーツ缶(黄桃)	御飯 鶏肉のみそマヨ焼き かぼちゃの煮物 きゅうりの生姜醤油和え フルーツ缶(りんご)	御飯 さばの南部焼き 肉じゃが 香の物(しば漬け) フルーツ缶(みかん)	御飯 豚肉とピーマンのオイスターソース炒め かに焼売 キャベツの塩昆布和え フルーツ(メロン)	御飯 白身魚のトマトソース ジャーマンポテト カリフラワーサラダ フルーツ(バナナ)
栄養価	エネルギー 1527kcal	エネルギー 1589kcal	エネルギー 1648kcal	エネルギー 1507kcal	エネルギー 1551kcal	エネルギー 1538kcal	エネルギー 1511kcal
	タンパク質 68 g	タンパク質 58 g	タンパク質 64.4 g	タンパク質 58.9 g	タンパク質 63.7 g	タンパク質 61.7 g	タンパク質 58.2 g
	食塩相当量 7.5 g	食塩相当量 8.3 g	食塩相当量 7.9 g	食塩相当量 6.7 g	食塩相当量 9.0 g	食塩相当量 6.9 g	食塩相当量 7.5 g

※やむを得ず献立が変更になる事もあります。ご了承下さい。



予定献立表



	5月11日 (日)	5月12日 (月)	5月13日 (火)	5月14日 (水)	5月15日 (木)	5月16日 (金)	5月17日 (土)
朝食	御飯 納豆 大根とちくわの含め煮 しそ昆布 みそ汁(ほうれん草・うずまき麴) カルシウム牛乳	御飯 魚肉ソーセージと野菜のソテー カリフラワーの和風サラダ ふりかけ(たまご) みそ汁(もやし・しめじ) カルシウム牛乳	クリームパン 一口がんもの煮物 青菜とツナの和え物 みそ汁(大根・ワケ) カルシウム牛乳 (パン禁: たいみそ)	御飯 和風ミートボール ほうれん草の和え物 ふりかけ(しそ) みそ汁(白菜・かつ) カルシウム牛乳	御飯 炒り豆腐 青梗菜のごま醤油和え 金山寺みそ みそ汁(じゃが芋・玉葱) カルシウム牛乳	御飯 スクランブルエッグ カリフラワーのレモンサラダ ふりかけ(かつお) みそ汁(畑菜・おつゆ麴) カルシウム牛乳	御飯 厚揚げの煮物 小松菜のピーナッツ和え しそ昆布 みそ汁(さつま芋・かぶ葉) カルシウム牛乳
昼食	御飯 揚げ鶏の香味ソース 南瓜のごま和え フルーツ缶(りんご) みそ汁(豆腐・貝割)	御飯 ほっけのねぎ醤油焼き れんこんの甘辛炒め うずら豆 みそ汁(玉葱・油揚げ)	五目チャーハン 焼きぎょうざ ブロッコリーサラダ 筑前煮 中華スープ(畑菜・長葱)	御飯 フライ二種盛り 冬瓜のカニカマあんかけ フルーツ(パイン) みそ汁(小松菜・うずまき麴)	御飯 ますの西京焼き いんげんの炒め物 フルーツ缶(黄桃) お吸物(しめじ・貝割)	にゅうめん 天ぷら二種盛り 白菜のゆかり和え フルーツ缶(マンゴー)	豆御飯 赤魚の野菜あんかけ 切干大根の煮物 フルーツ(オレンジ) お吸物(花麴・貝割)
おやつ	ゼリー	チョコ菓子	梨ゼリー	おまんじゅう	スイスロール	白い風船	ココアムース
夕食	御飯 あじの塩麹焼き 青梗菜の炒め物 わかめ佃煮 フルーツ(オレンジ)	御飯 ミートローフ かぶのコンソメ煮 香の物(桜だいこん) フルーツ(パイン)	御飯 白身魚の山椒焼き 卵の花 筍のおかか和え フルーツ缶(キウイ)	御飯 親子煮 きんぴらごぼう きゅうりの酢味噌がけ フルーツ缶(ミックス)	御飯 豚肉と野菜の甘辛炒め 里芋の含め煮 香の物(青しその実漬け) フルーツ(オレンジ)	御飯 さばの七味焼き ひじきの煮物 浅漬け(キャベツ) フルーツ(パイン)	御飯 豚肉の葱塩炒め 青梗菜とえびの旨煮 パンプキンサラダ 香の物(しば漬け)
栄養価	エネルギー 1434kcal	エネルギー 1540kcal	エネルギー 1511kcal	エネルギー 1566kcal	エネルギー 1540kcal	エネルギー 1442kcal	エネルギー 1534kcal
	タンパク質 61.7 g	タンパク質 55 g	タンパク質 62.2 g	タンパク質 55.7 g	タンパク質 64.3 g	タンパク質 54.6 g	タンパク質 63.9 g
	食塩相当量 7.1 g	食塩相当量 7.0 g	食塩相当量 8.4 g	食塩相当量 8.2 g	食塩相当量 6.7 g	食塩相当量 7.2 g	食塩相当量 7.5 g

※やむを得ず献立が変更になる事もあります。ご了承下さい。



予定献立表



	5月18日(日)	5月19日(月)	5月20日(火)	5月21日(水)	5月22日(木)	5月23日(金)	5月24日(土)
朝食	御飯 ちくわの甘辛煮 キャベツのおかか和え ふりかけ(たまご) みそ汁(大根・ワケ) カルシウム牛乳	御飯 オムレツ ほうれん草の磯和え たいみそ みそ汁(もやし・ねぎ) カルシウム牛乳	黒糖ロール(マーガリン) 肉詰めいなりの煮物 畑菜とかまぼこの和え物 みそ汁(玉葱・しめじ) カルシウム牛乳 (パン禁:ふりかけ)	御飯 納豆 白菜の煮浸し のり佃煮 みそ汁(冬瓜・大根葉) カルシウム牛乳	御飯 温泉卵 かぶの煮物 しそ昆布 みそ汁(里芋・ねぎ) カルシウム牛乳	御飯 がんもの煮物 しろなとちくわの和え物 ふりかけ(たまご) みそ汁(キャベツ・うずまき麴) カルシウム牛乳	御飯 炒り豆腐 二色浸し うめびしお みそ汁(玉葱・大根葉) カルシウム牛乳
昼食	御飯 ハンバーグ カリフラワーとカニカマのサラダ フルーツ缶(キウイ) コーンポタージュ	御飯 あじの南蛮漬け じゃが芋の炒め煮 フルーツ缶(みかん) みそ汁(白菜・油揚げ)	御飯 牛肉のカレー炒め かぶとえびの含め煮 香の物(桜だいこん) みそ汁(小松菜・うずまき麴)	御飯 マトウダイのバター醤油焼き ほうれん草の錦糸和え フルーツ(オレンジ) みそ汁(豆腐・ワケ)	御飯 鶏肉のタルタルソース焼き ツナとブロッコリーの和え物 フルーツ(パイナップル) みそ汁(もやし・貝割)	ハヤシライス ポテトサラダ ヨーグルトデザート ピクルス	御飯 さわらの金山寺味噌焼き 卵豆腐のあんかけ フルーツ(オレンジ) お吸物(かまぼこ・ねぎ)
おやつ	クレープ	おまんじゅう	やわらかおかき	梨ゼリー	シュークリーム	野菜ゼリー	おせんべい
夕食	御飯 白身魚の香草焼き 冬瓜の洋風煮 オクラのゆず醤油和え フルーツ缶(黄桃)	御飯 鶏肉の照り焼き ぜんまい煮 昆布豆 フルーツ(バナナ)	御飯 千草焼き なすの煮物 キャベツの和え物 フルーツ缶(キウイ)	御飯 豚肉のポン酢炒め さつま芋と昆布の煮物 あみえび佃煮 フルーツ缶(マンゴー)	御飯 たらの粕漬け焼き かぼちゃの煮物 大根の和風和え フルーツ缶(りんご)	御飯 ほっけの漬け焼き ふきとさつま揚げの含め煮 わかめ佃煮 フルーツ缶(キウイ)	御飯 メンチカツ きんぴらごぼう 香の物(きゅうり漬け) フルーツ缶(マンゴー)
栄養価	エネルギー 1528kcal	エネルギー 1481kcal	エネルギー 1597kcal	エネルギー 1481kcal	エネルギー 1470kcal	エネルギー 1572kcal	エネルギー 1423kcal
	タンパク質 51.2 g	タンパク質 63.5 g	タンパク質 71.9 g	タンパク質 63.6 g	タンパク質 62.2 g	タンパク質 63.1 g	タンパク質 52.2 g
	食塩相当量 7.5 g	食塩相当量 7.2 g	食塩相当量 7.8 g	食塩相当量 6.3 g	食塩相当量 6.1 g	食塩相当量 7.9 g	食塩相当量 7.8 g

※やむを得ず献立が変更になる事もあります。ご了承下さい。

予定献立表

	5月25日(日)	5月26日(月)	5月27日(火)	5月28日(水)	5月29日(木)	5月30日(金)	5月31日(土)
朝食	御飯 厚焼き卵 青梗菜のお浸し ふりかけ(さけ) みそ汁(冬瓜・しめじ) カルシウム牛乳	御飯 豆腐のそぼろ煮 ほうれん草のごま醤油和え のり佃煮 みそ汁(かぶ・かぶ葉) カルシウム牛乳	チョコパン 青梗菜とベーコンのソテー カリフラワーの香味和え みそ汁(もやし・貝割) カルシウム牛乳 (パン禁: ふりかけ)	御飯 さつま揚げの炒め煮 小松菜のおかか和え 金山寺みそ みそ汁(さつま芋・大根葉) カルシウム牛乳	御飯 厚揚げの吉野煮 いんげんの和風マヨ和え ふりかけ(しそ) みそ汁(畑菜・しめじ) カルシウム牛乳	御飯 しらすの卵とじ ほうれん草のわさび和え うめびしお みそ汁(豆腐・ワケ) カルシウム牛乳	御飯 里芋のそぼろ煮 畑菜の磯和え たいみそ みそ汁(もやし・かぶ葉) カルシウム牛乳
昼食	御飯 さばの煮付け 菜の花の酢みそがけ 筑前煮 お吸物(うずまき麩・貝割)	御飯 八宝菜 焼売 杏仁フルーツ 中華スープ(春雨・ワケ)	御飯 しいらの和風ムニエル 畑菜のお浸し フルーツ(パイン) みそ汁(冬瓜・ねぎ)	ホタテのピラフ 洋風卵焼き コールスローサラダ ゼリー コンソメスープ(ほうれん草・えのき)	御飯 黄金かれいのおろし煮 なすの炒め物 白菜と青菜のお浸し みそ汁(玉葱・椎茸)	御飯 チキンカツ 冬瓜の煮物 フルーツ缶(みかん) お吸物(花麩・貝割)	御飯 豚肉のゆず醤油炒め ミモザサラダ フルーツ缶(キウイ) みそ汁(小松菜・油揚げ)
おやつ	クレープ	バームクーヘン	抹茶プリン	ロールケーキ	ココアムース	やわらかおかき	淡雪ゼリー
夕食	御飯 鶏肉のチーズソース じゃが芋のカレー炒め 人参サラダ フルーツ缶(白桃)	御飯 あじの七味焼き 炒り鶏 香の物(つぼ漬け) フルーツ缶(キウイ)	御飯 肉豆腐 ビーフン炒め 温泉卵 フルーツ缶(黄桃)	御飯 ますの生姜醤油焼き 切干大根の煮物 きゅうりの塩昆布和え フルーツ(オレンジ)	御飯 鶏肉の山椒焼き 里芋の煮物 カリフラワーサラダ フルーツ缶(キウイ)	御飯 赤魚の香味焼き 肉じゃが オクラとえのきのポン酢和え フルーツ(パイン)	御飯 白身魚のマスタード焼き 高野豆腐の含め煮 浅漬け(白菜) フルーツ缶(マンゴー)
栄養価	エネルギー 1513kcal	エネルギー 1580kcal	エネルギー 1543kcal	エネルギー 1575kcal	エネルギー 1552kcal	エネルギー 1447kcal	エネルギー 1569kcal
	タンパク質 63.9 g	タンパク質 71.8 g	タンパク質 70.8 g	タンパク質 61.1 g	タンパク質 61.7 g	タンパク質 56.8 g	タンパク質 65.7 g
	食塩相当量 7.9 g	食塩相当量 6.8 g	食塩相当量 6.8 g	食塩相当量 7.9 g	食塩相当量 7.4 g	食塩相当量 7.3 g	食塩相当量 6.3 g

※やむを得ず献立が変更になる事もあります。ご了承下さい。